

## Пояснительная записка

Современная жизнь предъявляет человеку новые, определенные требования. Это должен быть человек, умеющий самостоятельно и критически мыслить, принимать решения и нести за них ответственность.

Принятая в 2002 году “Концепция профильного обучения на старшей ступени образования” так определяет основную цель профильного обучения: это “обеспечение профессиональной ориентации и самоопределения учащихся, с учетом индивидуальных склонностей и потребностей”.

Самоопределение личности - сложная научная проблема, имеющая философский, социологический, психологический и педагогический аспекты.

*Профессиональное самоопределение* – готовность рассматривать себя развивающимся во времени и находить личностно-значимые смыслы в конкретной профессиональной деятельности.

Важной особенностью профессионального самоопределения современных школьников является то, что данный процесс проходит в условиях нестабильности общества в целом и кризиса привычных норм и ценностей. В результате, к возрастным трудностям самоопределения, в той или иной мере, присущим всем подросткам, добавляются трудности объективные, вызываемые сложностью ориентировки старшеклассников в постоянно меняющемся, нестабильном мире.

Основная проблема перехода к профильному обучению состоит в том, что учащиеся часто осуществляют вынужденный выбор профиля дальнейшего образования, не имея при этом сколь либо устойчивых мотивов. Зачастую совершают его интуитивно, без какой либо предварительной работы над собой, под влиянием случайных факторов: сверстников, фильмов, интернета и т.д.

Таким образом, в современных условиях профессиональное самоопределение предполагает четко продуманный выбор карьеры, сферы приложения и саморазвития личностных возможностей, а также формирование осознанного отношения личности к социокультурным и профессионально-производственным условиям.

Современные социально-экономические условия предопределяют принципиально новые требования к процессу социализации молодого поколения. Сегодня на первый план выдвигается идеал Успешного Человека, обладающего большим потенциалом знаний, умений и навыков, которые он превращает в “рабочий капитал”.

Данный курс способствует активизации процесса самопознания, позволит обучающимся ориентироваться в профессиях и специальностях, поможет в выборе деятельности, которая приведет к удовлетворению своих потребностей и реализоваться применительно к способностям, склонностям, характеру, темпераменту конкретной личности, поможет оценить свои возможности, уменьшить вероятность ошибок при выборе профессии

Цель: Формирование готовности к самоопределению, активизации проблемы выбора профессии

Задачи:

1. Выявление профессиональных интересов и склонностей обучающихся;
2. Получение информации и расширение представлений о мире профессии и их особенностях;
3. Воспитание ответственного отношения к выбору профессионального пути через расширение границ самопознания

Форма проведения:

В процессе преподавания курса используются разнообразные формы организации занятий и методы обучения: комбинированный урок, индивидуальные и групповые беседы, диспут, составление и решение профориентационных кроссвордов, ролевые игры, творческие этюды, метод конкретных ситуаций.

Перечень формируемых знаний и умений:

- Обучающиеся должны знать: значение профессионального самоопределения, требования к составлению профессионального плана; правила выбора профессии; понятие о профессиях и профессиональной деятельности; понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии; понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения; значение творческого потенциала человека, карьеры.
- Обучающиеся должны уметь: соотносить свои индивидуальные психологические и физиологические особенности с требованиями конкретной профессии; составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности; анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

Курс «Путь в профессию» является компонентом общего образования школьников.

Программа способствует реализации задач формирования успешности подростков, подготовке их к взрослой жизни, умению решать личные и профессиональные проблемы, возникающие в жизни.

Программа рассчитана на 34 часа на каждый 9 класс из расчета 1 ч в неделю.

При изучении программы в основной школе обеспечивается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

**Личностные результаты** освоения обучающимися курса «Путь в профессию»:

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики; проявление познавательной активности в области профориентации;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и выбору будущей профессии на основе мотивации к обучению и познанию;
- Самооценка умственных и психофизических способностей при трудовой деятельности в различных сферах с позиций будущей социализации;
- Выражение желания учиться для удовлетворения перспективных потребностей;
- Осознанный выбор и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе осознанного ориентирования в мире профессий и профессиональных предпочтений;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками.

**Метапредметные результаты** освоения обучающимися курса «Путь в профессию»:

- Самостоятельное определение цели своего обучения, постановка и формулировка для себя новых задач в учебе и познавательной деятельности;
- Осознанное использование речевых средств в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей;
- Выбор для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации;
- Организация учебного сотрудничества и совместной деятельности с учителем и сверстниками;
- Оценивание собственных возможностей и склонностей к различным видам деятельности

**Предметные результаты** освоения курса:

- Оценивание своей способности к труду в конкретной предметной деятельности
- Формирование представлений о мире профессий, их востребованности на рынке труда;
- Сравнение разных точек зрения перед принятием решения выбора профессии; аргументирование своей точки зрения;

- Адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; построение монологических контекстных высказываний; публичная презентация своего выбора профессии.

### **Раздел «Мир профессий»**

Выпускник научится:

- Находить сведения, необходимые для осуществления анализа профессий
- анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности
- разбираться в условиях выбора профессий

### **Раздел « Я и профессия».**

Выпускник научится:

- определять свои потребности и мотивы выбора профессии, уровень притязаний
- анализировать особенности личного темперамента их проявления в профессиональной деятельности, уровня личностной и реактивной тревожности, познавательных процессов
- ориентироваться в информации по трудоустройству и продолжению образования;
- оценивать свои психофизические возможности в выборе профессии

## **Раздел «Мир профессий»**

### **Тема 1. Вводное занятие. Психологическая суть профессионального самоопределения.**

*Теоретические сведения.* Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии.

Понятия «профессиональные интересы», «склонности».

*Практическая работа:* Опросник «определение профессиональных склонностей».

### **Тема 2. Многообразие мира профессий**

*Теоретические сведения.* Разнообразие профессий, их классификация по типам.

Понятия «профессия», «специальность», «квалификация», «должность».

### **Тема 3. Анализ профессий.**

*Теоретические сведения.* Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности. Предмет труда, цель и средства труда в профессиональной деятельности. Условия в труде

*Практическая работа.* Опросник ДДО Климова, Карта интересов Голомштока

### **Тема 4. Условия выбора профессий**

*Теоретические сведения.* Сфера «Хочу»- интересы, стремления, склонности, состояние здоровья. Сфера «могу»- способности, особенности характера  
Сфера «Надо»- условия рынка труда, потребность общества

*Практическая работа.* Диагностика общих способностей по методике ШТУР

## **Раздел «Я и профессия»**

### **Тема 1. Потребности и мотивы, как условия активности личности**

*Теоретические сведения.* Виды мотивов. Опросник для изучения мотивов

*Практическая работа.* Методика самооценки по Казанцевой, опросник Леонгарда- Смишека ,методика « Мотивы выбора профессии»

### **Тема 2. Самооценка и уровень притязаний в решении проблемы профессионального выбора**

*Теоретические сведения.* Формирование адекватной самооценки. Я-концепция.

### **Тема 3. Темперамент и профессия.**

*Теоретические сведения.* Общее представление о темпераменте. Свойства нервной системы. Характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в профессиональной деятельности.

*Практическая работа.* Теппинг тест, опросник типа темперамента

### **Тема 4. Эмоциональное состояние, приемы саморегуляции**

*Теоретические сведения.* Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс.

*Практическая работа.* Диагностика уровня личностной и реактивной тревожности

### **Тема 5. Мышление.**

*Теоретические сведения.* Функции, виды мышления. Определение типа мышления

*Практическая работа.* Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра

### **Тема 6. Память**

*Теоретические сведения.* Виды памяти, законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации

*Практическая работа.* Мнемотехники.

### **Тема 7. Внимание**

*Теоретические сведения.* Виды внимания. Структура внимания: объем, распределения, переключение, концентрация. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания.

*Практическая работа.* Приемы развития внимания. Тест Э.Ландольта.

### **Тема 8. Способности и профессиональная пригодность**

*Теоретические сведения.* Виды способностей и их значение при выборе профессии. Умение учитывать сильные и слабые стороны своих способностей при выборе профессии.

*Практическая работа.* Определение профессионального типа личности. Оценка коммуникативных и организаторских склонностей в процессе первичной профконсультации (методика КОС В.В.Синявского и Б.А.Федоришина)

## **Тема 9. Здоровье и выбор профессии**

*Теоретические сведения.* Общее представление о нервной системе. Ограничения при выборе профессии.

## **Тема 10. Общение в профессиональной деятельности.**

*Теоретические сведения.* Способы эффективного общения. Вербальный и невербальный язык общения. Техники активного слушания.

## **Тема 11. Конфликты в профессиональной деятельности**

*Теоретические сведения.* Классификация конфликтов. Стили разрешения конфликта

*Практическая работа.* Определение предрасположенности к конфликтному поведению

## **Тема 12. Психология контакта**

*Теоретические сведения.* Построение и предъявление позитивного образа себя. Навыки самопрезентации.

## **Тема 13. Имидж профессионала: карьера и стиль**

*Теоретические сведения.* Понятие «имидж» и его составляющие. Внешность делового человека. Вербальные и невербальные составляющие имиджа.

## **Тема 14. Составление личного профессионального плана**

*Теоретические сведения.* Проектирование профессионального жизненного пути.

*Практическая работа.* Презентация своего проекта .

## **Тема 15. Пути получения профессии**

*Теоретические сведения.* Уровни образования, формы образования. Типы учебных заведений, условия приема и обучение.

## **Тема 16. Технология поиска работы**

*Теоретические сведения.* Пути поиска информации о трудоустройстве. Правильное комплектование пакета документов. Резюме. Телефонный путь поиска работы. Собеседование, факторы, влияющие на его успешность

## **Тема 17. Нормативно- правовая база в профессиональном самоопределении**

*Теоретические сведения.* Трудовой кодекс РФ. Конституция РФ. Права и обязанности при устройстве на работе. Контракты

## Тематический план

Разделы и темы программы	Количество часов
<p style="text-align: center;"><b>Мир профессий ( 7 часов)</b></p> Психологическая суть профессионального самоопределения. Практическая работа №1	2
Многообразие мира профессий.	1
Анализ профессий. Практическая работа №2.	2
Условия выбора профессий. Практическая работа №3	2
<p style="text-align: center;"><b>Я и профессия (27 часов)</b></p> Потребности и мотивы, как условия активности личности Практическая работа №4	2
Самооценка и уровень притязаний. Практическая работа №5	2
Темперамент и профессия. Практическая работа №6	2
Эмоциональное состояние, приемы саморегуляции. Практическая работа №7	2
Мышление. Практическая работа №8	2
Память. Практическая работа №9	2
Внимание. Практическая работа №10	2
Способности и профессиональная пригодность. Практическая работа №11	2
Здоровье и выбор профессии	1
Общение в профессиональной деятельности	1

Конфликты в профессиональной деятельности. Практическая работа №12	2
Психология контакта.	1
Имидж профессионала: карьера и стиль	1
Составление личного профессионального плана. Практическая работа №13	2
Пути получения профессии	1
Технология поиска работы	1
Нормативно- правовая база в профессиональном самоопределении	1

## **Раздел «Мир профессий»**

Выпускник научится:

- Находить сведения, необходимые для осуществления анализа профессий
- анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности
- разбираться в условиях выбора профессий

## **Раздел «Я и профессия».**

Выпускник научится:

- определять свои потребности и мотивы выбора профессии, уровень притязаний
- анализировать особенности личного темперамента их проявления в профессиональной деятельности, уровня личностной и реактивной тревожности, познавательных процессов
- ориентироваться в информации по трудоустройству и продолжению образования;
- оценивать свои психофизические возможности в выборе профессии

Класс	Дата	№	Тема урока	Содержание урока	Количество часов
				<b>Мир профессий</b>	
9а 9б		1.	Психологическая суть профессионального самоопределения.	Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии. Понятия «профессиональные интересы», «склонности»	2
9а 9б		2	Практическая работа №1	Опросник «определение профессиональных склонностей»	
9а 9б		3	Многообразие мира профессий.	Разнообразие профессий, их классификация по типам. Понятия «профессия», «специальность», «квалификация», «должность».	1
9а 9б		4	Анализ профессий	Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности. Предмет труда, цель и средства труда в профессиональной деятельности. Условия в труде	2
9а 9б		5	Практическая работа №2	Опросник ДДО Климова, Карта интересов Голомштока	
9а 9б		6	Условия выбора профессий	Сфера «Хочу»- интересы, стремления, склонности, состояние здоровья. Сфера «могу»- способности, особенности характера Сфера «Надо»- условия рынка труда, потребность общества	2
9а 9б		7	Практическая работа №3	Диагностика общих способностей по методике ШТУР	
				<b>Я и профессия</b>	
9а 9б		8	Потребности и мотивы, как условия активности личности	Виды мотивов.	2
9а 9б		9	Практическая работа №4	Опросник для изучения мотивов	

9а 9б		10	Самооценка и уровень притязаний в решении проблемы профессионального выбора	Формирование адекватной самооценки. Я-концепция.	2
9а 9б		11	Практическая работа №5	Опросник Леонгарда-Смишека	
9а 9б		12	Темперамент и профессия.	Общее представление о темпераменте. Свойства нервной системы. Характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в профессиональной деятельности.	2
9а 9б		13	Практическая работа №6	Опросник типа темперамента	
9а 9б		14	Эмоциональное состояние, приемы саморегуляции	Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс.	2
9а 9б		15	Практическая работа №7	Диагностика уровня личностной и реактивной тревожности	
9а 9б		16	Мышление.	Функции, виды мышления. Определение типа мышления	2
9а 9б		17	Практическая работа №8	Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра	
9а 9б		18	Память	Виды памяти, законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации	2
9а 9б		19	Практическая работа №9	Мнемотехники.	
9а 9б		20	Внимание	Виды внимания. Структура внимания: объем, распределения, переключение, концентрация. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания.	2.
9а					

9б		21	Практическая работа №10	Тест Э.Ландольта.	
9а 9б		22	Способности и профессиональная пригодность	Виды способностей и их значение при выборе профессии. Умение учитывать сильные и слабые стороны своих способностей при выборе профессии.	2
9а 9б		23	Практическая работа №11	Определение профессионального типа личности.	
9а 9б		24	Здоровье и выбор профессии	Общее представление о нервной системе. Ограничения при выборе профессии.	1
9а 9б		25	Общение в профессиональной деятельности	Способы эффективного общения. Вербальный и невербальный язык общения. Техники активного слушания.	1
9а 9б		26	Конфликты в профессиональной деятельности	Классификация конфликтов. Стили разрешения конфликта	2
9а 9б		27	Практическая работа №12	Определение предрасположенности к конфликтному поведению	
9а 9б		28	Психология контакта	Построение и предъявление позитивного образа себя. Навыки самопрезентации	1
9а 9б		29	Имидж профессионала: карьера и стиль	Понятие «имидж» и его составляющие. Внешность делового человека. Вербальные и невербальные составляющие имиджа.	1
9а 9б		30	Составление личного профессионального плана	Проектирование профессионального жизненного пути.	2
9а 9б		31	Практическая работа №13	Презентация проекта профессионального жизненного пути	
9а 9б		32	Пути получения профессии	Уровни образования, формы образования. Типы учебных заведений, условия приема и	1

				обучение.	
9а 9б		33	Технология поиска работы	Пути поиска информации о трудоустройстве. Правильное комплектование пакета документов. Резюме. Телефонный путь поиска работы. Собеседование, факторы, влияющие на его успешность.	1
9а 9б		34	Нормативно-правовая база в профессиональном самоопределении	Трудовой кодекс РФ. Конституция РФ. Права и обязанности при устройстве на работе. Контракты	1